

## Richtig Fit mit Taping & Kinesiotaping

<b>Termin</b>	16. November 2019
<b>Ort</b>	Olympiazentrum Vorarlberg, Höchsterstr. 82, 6850 Dornbirn
<b>Dauer</b>	Samstag: 8:30 – 15:00 Uhr
<b>Zielgruppe</b>	ÜbungsleiterInnen, TrainerInnen, Interessierte
<b>Referent</b>	Manuel Hofer, Dipl. PT im Olympiazentrum Vorarlberg
<b>Inhalt</b>	<p>Jeder Sport birgt Verletzungsgefahren und häufige, typische Verletzungsmuster. Der Workshop bietet viele praktische Tipps und Anleitungen wie man einfache Tapes selber anlegt und in welchen Situationen der Einsatz von Leukotape oder Kinesiotape sinnvoll ist.</p> <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie kann ich meine Gelenke durch gezieltes Taping vorbeugend stabilisieren, bzw. wie viel Stabilität ist sinnvoll, damit ich meiner Muskulatur noch genügend Möglichkeiten gebe selbstständig zu reagieren?</li> <li>• Unterschiede Kinesiotape und Leukotape – Wirkungsweise und Anwendungsgebiete. Wann und warum ist es sinnvoll, die bunten Tapes im Sport anzulegen und wie kann ich beide Tapes kombinieren?</li> </ul>
<b>Kosten</b>	<p>€ 60,- für Qualitätssiegel-ÜL eines ASVÖ Vereins (inkl. Materialkostenbeitrag)                  € 70,- für Mitglieder eines ASVÖ Vereins (inkl. Materialkostenbeitrag)                  € 129,- für Nichtmitglieder eines ASVÖ Vereins (inkl. Materialkostenbeitrag)</p> <p>Überweisung bis spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn auf das Konto der Volksbank Wien, IBAN: AT18 4300 0461 0057 7009, Verwendungszweck: RF mit Taping &amp; Kinesiotaping., VBG 2019. Eine Teilnahme am Kurs ist nur möglich, wenn der Kursbeitrag vor Kursbeginn beim ASVÖ einbezahlt wurde. Bei einer Abmeldung ab einer Woche vor Kursbeginn oder bei Nichtteilnahme fallen 100% Stornokosten an. Die Ausschreibung gemeinsam mit dem Zahlungsnachweis dient für die private Buchhaltung.</p>
<b>Anmeldung</b>	bis 25. Oktober 2019 unter <a href="http://www.asvoe.at/ausbildung">www.asvoe.at/ausbildung</a>
<b>Kontakt</b>	<p>Stefanie Kernbeiß, MSc                  Gesundheits- und Breitensport                  ASVÖ Vorarlberg                  Mobil: +43 (0) 6500/2153917                  Mail: <a href="mailto:stefanie.kernbeiss@vsv.at">stefanie.kernbeiss@vsv.at</a></p>
<b>Abschluss</b>	Teilnahmebestätigung

